

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МБДОУ «Д/с комбинированного вида № 15
«Журавушка»
Протокол № 4 от 01.12.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

приказом заведующего
МБДОУ «Д/с комбинированного вида № 15
«Журавушка»
З.В. Горобец
№ 198 от 01.12.2022 г.

**ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЬЕ»
в муниципальном бюджетном дошкольном
образовательном учреждении
«Детский сад комбинированного вида № 15
«Журавушка»
на 2022-2025 г.г.**

Авторы-составители:

**Поволоцкая С.А., старший воспитатель,
Дашкевич О.М., инструктор по физической культуре
Сладкова К.А., старшая медицинская сестра**

Руководитель, редактор:

Горобец З.В., заведующий ДОУ

Мариинский муниципальный округ

2022

№	Содержание	
I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	
1.1.	Пояснительная записка	3-5
1.2.	Цели и задачи программы	6
1.3.	Объекты программы	6
1.4.	Основные принципы программы	6-7
1.5.	Основные направления программы	7
1.6.	Временные рамки и основные этапы реализации программы	7-8
1.7.	Планируемые результаты реализации программы	8
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	
2.1.	Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья несовершеннолетних воспитанников	9-12
2.1.1.	Полноценное питание	12
2.1.2.	Система эффективного закаливания	12-13
2.1.3.	Организация рациональной двигательной активности	13-17
2.1.4.	Создание условий организации оздоровительных режимов для детей	17-20
2.1.5.	Создание представлений о здоровом образе жизни	20-21
2.1.6.	Лечебно-профилактическая работа	21
2.1.7.	Летняя оздоровительная работа	23
2.2.	Работа с педагогами	22-23
2.3.	Работа с семьями воспитанников	24-26
3.	Укрепление материально-технической базы	26
4.	Кадровое обеспечение	27-28
5.	Список литературы	29
	ПРИЛОЖЕНИЯ	30-44

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Программа «Здоровье» (далее - Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида № 15 «Журавушка» (далее – Учреждение) разработана в соответствии с:

- Приказом Минобрнауки России от 23.11.2009 № 655 «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования» // Управление ДОУ – 2010 - № 3. - С.51-63.
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с учетом действующих изменений;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 28 от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Учётом «Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155 с учетом действующих изменений (далее - ФГОС ДО);
- ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» № 124-ФЗ от 24 июля 1998 г. (с изменениями от 28 июля 2000 г.);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 № 373);
- Инструктивно-методического письма МО РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» №65/23-16 от 14 марта 2000г.
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами «Организация детского питания»
- Приказом Минздрава РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий деятельности образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.
- Конвенцией ООН «О правах ребёнка»;
- «Семейным кодексом РФ»;
- Конституцией РФ, ст.38, 41, 42, 43;

- Уставом Учреждения;
- Примерной основной образовательной программой дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15);
- Учетом образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой;
- Учётом Программы воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью Баряева Л.Б., Гаврилушкина О.П., Зарин А.П., Соколова Н.Д.
- Учётом адаптированной основной образовательной программы для детей с ОВЗ (нарушением интеллекта) Уччреждения.

Программа предназначена для работы с детьми раннего и дошкольного возраста и рассчитана на 3 года.

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребёнку и направлена на его психофизическое развитие, формирование навыков здорового образа.

Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей, а также воспитанию у дошкольников гигиенических навыков.

Программа по здоровьесберегающей деятельности отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления воспитанников Учреждения, определяет основные направления, цели и задачи, а также план действий по реализации Программы в течение трёх лет.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к дошкольникам предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности.

К актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д.Маханевой, В.Г.Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой

нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Одним из приоритетных направлений работы детского сада является сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

В настоящее время в Учреждении прослеживается тенденция лично- ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

Программа «Здоровье» разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в Учреждении:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в Учреждении);
- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно – оздоровительной работы в Учреждении (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Программа «Здоровье» включает систему оздоровления и физического воспитания, инновационные формы и методы, решает вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имеет связь с другими видами деятельности.

Программа «Здоровье» - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства. Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска в школу дети должны не только получать чёткие представления о здоровом образе жизни, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Программа «Здоровье» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями,

узкими специалистами Учреждения содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные методы и технологии сохранения и укрепления здоровья детей.

1.2. Цель и задачи программы

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Реализация программы предусматривает решение следующих **задач**:

1. Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.
2. Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве Учреждения.
3. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и Учреждения на основе реализации альтернативных средств воспитания и оздоровления детей.

1.3. Объекты программы

- Дети Учреждения;
- Педагогический коллектив;
- Родители (законные представители) несовершеннолетних воспитанников, посещающих Учреждение.

1.4. Основные принципы программы

- научности (подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками)
- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- систематичности (реализация лечебно – оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- целенаправленности (подчинение комплекса медико – педагогических воздействий четко определенной цели);

- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

1.5. Основные направления программы

➤ Профилактическое:

- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике инфекционных заболеваний (инфекции верхних дыхательных путей: ОРВИ, грипп, коронавирус; кишечных инфекций: ротавирус, сальмонеллёз).

➤ Организационное:

- организация здоровьесберегающей среды в Учреждении;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности;
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
- пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления в коллективе детей, родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников.

1.6. Временные рамки и основные этапы реализации программы.

I этап 2022-2023 гг. – организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников Учреждения на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения компенсирующего и комбинированного вида.

II этап 2023-2024 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности Учреждения по здоровьесбережению.

III этап 2024-2025 гг. – итогово-аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив.

Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных с пояснениями к ним и предложениями.

1.7. Планируемые результаты реализации программы

- ✓ Повышение эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения.
- ✓ Сохранение и укрепление здоровья детей посредством здоровьесберегающих технологий в условиях ДООУ и семьи.
- ✓ Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
- ✓ Формирование у детей понятия о здоровом образе жизни. Повышение устойчивого интереса к правилам здорового и безопасного поведения; развитие субъектной позиции детей в здоровьесберегающей деятельности.
- ✓ Формирование у несовершеннолетних воспитанников умений и навыков гигиенической и двигательной культуры.
- ✓ Увлечение детьми спортивными и подвижными играми.
- ✓ Повышение заинтересованности родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников и педагогов к вопросам воспитания здорового ребёнка.
- ✓ Повышение квалификации педагогов детского сада.
- ✓ Улучшение здоровьесберегающей среды, обеспечивающей комфортное пребывание ребёнка в детском саду.
- ✓ Оптимизация оздоровительной деятельности в соответствии со специфическими образовательными потребностями детей с ОВЗ (в том числе инвалидов), с использованием адекватных здоровьесберегающих технологий.
- ✓ Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
- ✓ Расширение знаний детей о собственном теле и его возможностях.

Социальный эффект от реализации программы

Подготовка определённого спектра авторских программ и инструктивно- методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности, способных удовлетворить широкие образовательные запросы детей, родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников и общества, обоснованных с точки зрения своей целесообразности, позволит воспринимать Учреждение как образовательное учреждение, обеспечивающее устойчивый качественный уровень образовательных услуг, демонстрирующее социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья несовершеннолетних воспитанников

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	— щадящий режим (адаптационный период); — гибкий режим.
2.	Физические упражнения	— утренняя гимнастика; — физкультурно-оздоровительные занятия; — подвижные и динамические игры; — спортивные игры; — пешие прогулки (экскурсии).
3.	Здоровьесберегающие технологии во время организованной деятельности	— самомассаж; — дыхательная гимнастика; — нейрогимнастика; — психогимнастика; — су-Джок терапия; — сказкотерапия; — манкотерапия (пескотерапия); — кинезотерапия; — литотерапия; — акватерапия; — криотерапия
4.	Гигиенические и водные процедуры	— умывание; — мытье рук; — обеспечение чистоты среды; — занятия с водой;
5.	Световоздушные ванны	— проветривание помещений; — сон при открытых фрамугах; — прогулки на свежем воздухе; — обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
6.	Активный отдых	— развлечения, праздники; — игры-забавы; — Дни здоровья.
7.	Витаминотерапия	— употребление витаминизированных напитков (сок, компот)
8.	Диетотерапия	— рациональное питание.
9.	Светотерапия	— обеспечение светового режима.
10.	Музыкотерапия	— музыкальное сопровождение режимных моментов; — музыкальное оформление фона занятий; — музыкально-театральная деятельность.

11.	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> – дыхательная гимнастика; – пальчиковая гимнастика; – игровой массаж.
12.	Пропаганда здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> – экологическое воспитание; – периодическая печать; – курс бесед; – акции; – презентации; – консультации; – стендовая информация; – бюллетени, листовки; – памятки, буклеты – специальные занятия

Комплекс мероприятий для детей по здоровьесбережению

Формы и методы	Организация деятельности
Физкультурные занятия	2-3 раза в неделю, в соответствии с программой ДОУ, в хорошо проветренном помещении.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-15 мин. – в соответствии с возрастной группой
Гимнастика пробуждения	Ежедневно, после дневного сна, 6-15 мин. – в соответствии с возрастной группой
Прогулки и игры на свежем воздухе	Ежедневно (в соответствии с СанПин)
Гимнастика ортопедическая (профилактика плоскостопия и нарушений осанки)	В различных формах физкультурно – оздоровительной работы (занятия физической культурой, утренняя гимнастика)
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3 – 5 мин, в любое свободное время, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, а также согласно планированию «Оздоровительного часа»
Гимнастика дыхательная	Ежедневно по 3 – 5 мин, в режиме дня, а также согласно планированию
Гимнастика пальчиковая	Ежедневно и многократно, в течении всего дня в разных отрезках времени
Подвижные и спортивные игры	Ежедневно. Как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповой комнате.
Динамические паузы (вид активного отдыха. Снимают	Во время занятий, 2 – 5 мин, по мере утомляемости детей.

нервное напряжение от перегрузок)	
Самомассаж	В различных формах физкультурно – оздоровительной работы (физкультурные занятия, бодрящая гимнастика), а также в ходе организованной деятельности
Точечный массаж	Проводится в преддверии эпидемий. В осенний и весенний периоды, в любое удобное для педагога время.
Технологии музыкального воздействия	Ежедневно. В течение всего дня в разных отрезках времени. Для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.
Технологии воздействия цветом	Уделить особое внимание цветовой гамме интерьера ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребёнка. Занятия с использованием здоровьесберегающей технологии «цветотерапия» согласно планированию педагогов
Релаксация (снижение тонуса скелетной мускулатуры)	Ежедневно. В зависимости от эмоционального состояния детей и цели, которые ставит педагог.
Занятия из серии «Ступеньки здоровья»	1 раз в неделю. Занятия валеологической направленности (в качестве познавательного развития детей)
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю, с использованием бесед, этюдов, игр, разной степени подвижности
Беседы о здоровье	Ежедневно, в утренние или вечерние часы
Проведение дидактических игр по теме («Полезно – вредно», «Вершки-корешки», «Угадай на вкус», «Скажи по-другому», «Чудесный мешочек», «Чистота - залог здоровья», «Что лишнее?», «Угадай по описанию»..)	Ежедневно в режиме дня

Чтение художественной литературы, театрализованные игры, заучивание пословиц и поговорок по теме проекта	Ежедневно, в различных удобных моментах режима
Физкультурные праздники и досуги, Дни здоровья	В соответствии с годовым планом работы ДОУ, календарным планом воспитательной работы с несовершеннолетними воспитанниками, планированием педагогов
Психоэмоциональные игры	Ежедневно, а также согласно планированию «Оздоровительного часа»
Апробация инновационных методик здоровьесбережения: «Минутки шалости», «Минутки тишины»	«Минутки шалости» - психологическая разгрузка (Игры для поднятия настроения) «Минутки тишины» - способствуют развитию волевых качеств детей. Использовать на разных этапах занятия в соответствии с темой и целями

2.1.1. Полноценное питание

<p>Принципы организации питания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнение режима питания; – гигиена приёма пищи; – ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания; – эстетика организации питания (сервировка); – индивидуальный подход к детям во время питания; – правильность расстановки мебели.

2.1.2. Система эффективного закаливания

1.	Основные факторы закаливания	<p>закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;</p> <p>закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;</p> <p>закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах;</p> <p>закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;</p>
----	------------------------------	---

2.	Комплекс закаливающих мероприятий	соблюдение температурного режима в течение дня; правильная организация прогулки и её длительности; соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей; облегченная одежда для детей в детском саду; дыхательная гимнастика после сна;
3.	Методы оздоровления:	ходьба по сырому песку (летом), коврику (в межсезонье); дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года); хождение босиком по спортивной площадке(летом); релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия).

В детском саду проводится следующий комплекс закаливающих мероприятий: облегченная одежда детей, соблюдение сезонной одежды детей на прогулке с учетом их индивидуального состояния и состояния погоды, соблюдение температурного режима в течение дня, корригирующая гимнастика после сна, стопотерапия, мытье прохладной водой рук по локоть, шеи, полоскание рта после каждой еды, утренняя гимнастика в течение года, оздоровительный бег (старшие, подготовительные группы), одно физкультурное занятие на улице (в зимний период), организация прогулки, солнечные ванны.

2.1.3. Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

1.	Основные принципы организации физического воспитания в детском саду	физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья; сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами; медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
----	---	---

2.	Формы организации физического воспитания	<ul style="list-style-type: none"> – физические занятия в зале и на спортивной площадке; – туризм (прогулки, экскурсии) – дозированная ходьба; – оздоровительный бег; – физкультминутки; – физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»; – утренняя гимнастика; – индивидуальная работа с детьми.
3.	Физкультурные занятия, разнообразные по форме и содержанию в зависимости от задач	<ul style="list-style-type: none"> – традиционные; – игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности. – сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления, например, «Путешествие в весенний лес» и др.; – тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч); – занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр; – занятия в форме оздоровительного бега (старший дошкольный возраст); – музыкальные путешествия – тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам

Двигательный режим

Формы организации	Особенности организации и длительность					
	Ранний возраст (1-2 года)	Ранний возраст (2-3 года)	младший возраст (3-4 года)	Средний возраст (4 -5 лет)	Старший возраст (5 -6 лет)	Подгот. возраст (6 -7 лет)
1. Организованная образовательная деятельность «Физическая культура»						
Физическая культура в помещении	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
Физическая культура на улице	-	-	-	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1раз в неделю 30 мин
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	Ежедневно					
	10 мин	10мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подвижные игры	Ежедневно не менее 3 раз в день					
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные игры, упражнения				Целенаправленное обучение на каждой прогулке		
Физические упражнения	Ежедневно на прогулке					

	3-5 мин	5-8 мин	8 мин	8-12 мин	12-16 мин	16 мин
Физкультурная минутка (в середине статистического занятия)	1-3 мин	1-3 мин	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятия			
	-	-	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин
Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю					
	3-5 мин	5-10 мин	10-15 мин	15 мин	15-20 мин	20 мин
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно					
	5-10 мин	5-10 мин	15 мин	15 мин	15 мин	15 мин
Инд. и подгрупповая работа по развитию движений	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки					
	3-5 мин.	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	15 мин
3. Активный отдых						
Физкультурный досуг	1 раз в месяц					
		15 мин	20 мин	25 мин	40 мин	40 мин
Физкультурный праздник	-	1-2 раза в год				
				40 мин	50 мин	60 мин
День здоровья	-	2 раза в год (сентябрь /май)				
Самостоятельная двигательная деятельность						
Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					

Организации физического воспитания направлена на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учётом здоровья, возраста детей и времени года. Используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и другие.

Для реализации двигательной деятельности детей используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

Физическое развитие детей первого года жизни организуется в форме индивидуальных занятий, включающих комплексы массажа и гимнастики по назначению врача.

Реализация основной образовательной программы для детей первого года жизни проводится с каждым ребенком индивидуально в групповом помещении ежедневно не ранее чем через 45 минут после

еды. Длительность занятия с каждым ребенком составляет 6-10 минут.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляются по подгруппам 2 -3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин.,- в средней группе - 20 мин.,- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет организованы занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

Для укрепления здоровья детей, удовлетворения их потребности в двигательной активности и профилактики утомления в детском саду проводятся ежедневные прогулки.

Для детей 3–7 лет продолжительность ежедневных прогулок составляет до 3-х часов.

На прогулке созданы все условия (спортивно-игровое оборудование, спортивные принадлежности) для самостоятельной двигательной активности детей.

В структуре прогулки обязательно предусмотрены подвижные и спортивные игры, спортивные упражнения.

Система закаливания разрабатывается и периодически корректируется совместно старшей медицинской сестрой и педагогами в соответствии с имеющимися условиями. Основной принцип закаливания – постепенное расширение зоны воздействия и увеличение времени проведения процедур.

Система включает:

- специальные закаливающие процедуры;
- закаливание с помощью естественных природных средств.

В летний период проводятся солнечные и воздушные ванны.

Обеспечивается:

- рациональное сочетание температуры воздуха и одежды воспитанников;
- сквозное проветривание в холодный период года проводится кратковременно (5-10 мин.) без воспитанников. В теплый период – в течение всего времени при отсутствии воспитанников в помещении;

– утренняя гимнастика проводится ежедневно. Одежда облегченная;

- во время дневного сна обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температурой воздуха в помещении;

- в жаркие дни - обливание водой (рук и ног). При проведении закаливающих мероприятий учитываются индивидуальные особенности состояния ребенка, медицинские противопоказания и эмоциональный настрой.

Работа с детьми в летний оздоровительный период организуется следующим образом. Ежедневно воспитатели организуют самостоятельную (игровую, трудовую – 20 мин в день, коммуникативную, познавательно-исследовательскую, продуктивную, музыкально-художественную, двигательную, чтение) деятельность детей на прогулочных участках, в соответствии с планом работы с детьми в летний оздоровительный период. Ежедневно проводятся оздоровительные и закаливающие мероприятия: утренняя гимнастика, подвижные и спортивные игры, индивидуальная работа по формированию у детей основных движений и физических качеств.

Ежедневно воспитатели проводят индивидуальную работу с детьми в разных видах деятельности, направленную на улучшение здоровья и расширение функциональных возможностей детского организма.

Еженедельно воспитатели организуют и проводят спортивные развлечения для формирования двигательных навыков и двигательных качеств у детей.

2.1.4. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей

Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырёхразовое), для группы ночного пребывания – пятиразовое; укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.

Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.

Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады:

оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Достаточный по продолжительности дневной сон детей. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.

Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников.

Организация режима дня проводится с учётом теплого и холодного периода года

Режим дня на холодный период года

Вид деятельности	ГРУППЫ			
	Младшая смешанная группа	Средняя группа	Специализир. группа	Старшая смешанная группа
Прием, осмотр, игры, беседы, самостоятельная игровая деятельность	07.00-08.00	07.00-08.00	07.30-08.15	07.00-08.20
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	08.00-08.10	08.15-08.25	08.20-08.30
Подготовка к завтраку, умывание.	08.05-08.30	08.10-08.30	08.25-08.30	08.30-08.40
Завтрак	08.30-08.55	08.30-08.55	08.30-08.45	08.40-08.55
Самостоятельная деятельность. Подготовка к ООД	8.55-09.00	08.55-09.00	8.45-09.00	08.55-09.00
Организованная образовательная деятельность	09.00-9.5	09.00-10.20	09.00-10.20	09.00-09.25 09.35-10.10
Второй завтрак				10.10-10.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	09.50-11.20	10.20-11.40	10.20-11.30	10.20-12.10
Возвращение с прогулки. Игры	11.20-11.30	11.40-11.30	11.30-11.45	12.10-12.30
Подготовка к обеду. Обед. Закаливающие мероприятия. Подготовка ко сну	11.30-12.00	11.30-12.20	11.45-12.00	12.30-13.00
Дневной сон	12.00-15.00	12.20-15.00	12.00-15.10	13.00-15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна.	15.00-15.20	15.00-15.20	15.10-15.45	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.30	15.20-15.30	15.45-15.55	15.30-15.50

Чтение, игровая деятельность, организованная образовательная деятельность, совместная деятельность воспитателя и воспитанников Игровая деятельность, организация дополнительного образования. Подготовка к прогулке. Прогулка Самостоятельная деятельность, работа с родителями, уход домой	15.30-16.30			
		15.30-16.20	15.55-17.00	15.50-16.20
Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин. Игры, самостоятельная деятельность. Уход домой	16.30-17.15	16.20-17.30	16.20-17.00	16.20-17.00
				17.00-17.30
	17.15-19.00	17.30-19.00	17.00-17.30	

Режим дня на теплый период года

Вид деятельности	ГРУППЫ			
	Младшая смешанная группа	Средняя группа	Специализир. группа	Старшая смешанная группа
Прием, осмотр, игры, беседы, самостоятельная игровая деятельность	07.00-08.00	07.00-08.00	07.30-08.15	07.00-08.20
Утренняя гимнастика	08.00-08.05	08.00-08.10	08.15-08.25	08.20-08.30
Самостоятельная деятельность, игры, праздники, развлечения	08.05-08.50	08.10-08.50	08.25-08.50	08.30-08.50
Подготовка к завтраку, умывание, завтрак	08.50-09.00	08.50-09.00	08.50-09.00	08.30-08.40
Организованная образовательная деятельность (наблюдения, игры, сюрпризные моменты)	09.00-09.20	09.00-10.20	09.00-10.20	09.00-09.25 09.35-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка: игры, наблюдения, труд, самостоятельная деятельность детей, индивидуальная работа.	09.20-11.20	10.20-11.40	10.20-11.30	10.20-12.10

Второй завтрак				10.10-10.20
Возвращение с прогулки. Игры	11.20-11.30	11.40-11.30	11.30-11.45	12.10-12.30
Подготовка к обеду. Обед. Закаливающие мероприятия. Подготовка ко сну	11.30-12.00	11.30-12.20	11.45-12.00	12.30-13.00
Дневной сон	12.00-15.00	12.20-15.00	12.00-15.10	13.00-15.00
Постепенный подъём, закаливающие процедуры, гимнастика после сна.	15.00-15.20	15.00-15.20	15.10-15.45	15.00-15.30
Подготовка к полднику. Полдник	15.20-15.30	15.20-15.30	15.45-15.55	15.30-15.50
Чтение, игровая деятельность, организованная образовательная деятельность, совместная деятельность воспитателя и воспитанников	15.30-16.30			
Игровая деятельность, организация дополнительного образования.		15.30-16.20	15.55-17.00	15.50-16.20
Подготовка к прогулке. Прогулка	16.30-17.15	16.20-17.30	16.20-17.00	16.20-17.00
Самостоятельная деятельность, работа с родителями, уход домой				17.00-17.30
Возвращение с прогулки. Подготовка к ужину. Ужин. Игры, самостоятельная деятельность. Уход домой	17.15-19.00	17.30- 19.00	17.00-17.30	

2.1.5. Создание представлений о здоровом образе жизни

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий.

Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим

направлениям:

1. Привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
2. Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
3. Формирование элементарных представлений об окружающей среде;
4. Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;

5. Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
6. Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
7. Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить свои состояние и ощущения;
8. Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
9. Ведение систематической работы по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы **необходимые условия:**

- сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку;
- отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания, сотрудники положительно оценивают сложившиеся отношения в коллективе;
- развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей, педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных, спальных комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке;
- в группах детского сада оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться.
- эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. большой вклад вносят воспитатели групп. В детском саду проходят ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Овощная Спартакиада», «Зимняя Олимпиада», «Масленица», «Веселые старты» и другие;
- снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, совместная деятельность взрослого и ребёнка;
- появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр;
- большая роль в псих коррекционной работе отводится музыкотерапии, прежде всего, классической, которая может оказывать эмоциональное оздоровительное влияние на психику ребёнка(успокаивает).

2.1.6. Лечебно-профилактическая работа

Осуществляют медицинская сестра детского сада, врач-невропатолог, инструктор по физической культуре, старший воспитатель, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия босиком;
- подвижные игры и физические упражнения на улице;
- дыхательная гимнастика после сна;
- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

2.1.7. Летняя оздоровительная работа

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия в природных условиях (на прогулочных площадках);
- туризм (экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

2.2. Работа с педагогами

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа по направлениям программы «Здоровье» и т.д.;
 - консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог–здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;
- обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приемам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

- Знакомство и внедрение в практику работы Учреждения новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе.
- Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
- Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
- Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
- Создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
- Разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.
- Внедрение сбалансированного разнообразного питания.

Пропаганда здорового образа жизни.

- Обучение дошкольников здоровому образу жизни, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Методические рекомендации по оздоровлению:

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.
- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- Необходимо широкое использование игровых приёмов, создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Беседы, валеологические занятия.

2.3. Работа с семьями воспитанников

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всемирно», семья, детский сад, общественность.

Для себя мы определили следующие *задачи работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников*:

1. Повышение педагогической культуры родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников.
2. Пропаганда общественного дошкольного воспитания.
3. Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
4. Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.
5. Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.
6. Валеологическое просвещение родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников в создании экологической и психологической среды в семье.
7. Включение родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников в воспитательно – образовательную деятельность.

Формы работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников

- Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- Дни открытых дверей.
- Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
- Показ занятий для родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).

- Совместные занятия для детей и родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников.
- Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (инструктора по физической культуре, медицинской сестры, врача-невропатолога).
- Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников используем *план изучения семьи*:

- структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей (законных представителей несовершеннолетних воспитанников, отношения родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников с детьми, стиль общения);
- основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.);
- стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов;
- социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательной деятельности, наличие желания воспитывать ребёнка;
- воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребёнка, адекватность оценок своего поведения.

Методы, используемые педагогами в работе:

- Анкетирование, опрос родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников.
- Беседы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников.
- Беседы с ребёнком.
- Наблюдение за ребёнком.
- Изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.
- Посещение семьи ребёнка.

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников цикл бесед, лекций на ряд тем, в том числе:

1. «Гигиена детей»
2. «Чтобы зубы не болели»

3. «О хороших привычках»
4. «Режим дня»
5. «Основы правильного питания»
6. «Ребёнок и телевизор»
7. «Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении»
8. «Значение режимных моментов для здоровья ребёнка»
9. «Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома»
10. «Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей»
12. «Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка»

**План работы с родителями
(законными представителями)
несовершеннолетних воспитанников**

- Продолжить проведение совместных мероприятий: «День Здоровья», праздники, субботники.
- Для обогащения родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.
- Организовывать новую форму работы с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей».
- Посещение родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников занятий валеологической направленности с целью педагогической пропаганды здорового образа жизни.
- Вовлечение родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы.

3. Укрепление материально – технической базы

№ п/п	Мероприятия	Ответственный
1.	Осуществление ремонта 1. косметический ремонт	Заведующий завхоз
2.	Оборудование помещений: 1. Оформление уголков: медицинского, ОБЖ, 2. Оснащение и оформление здоровьесберегающей среды групп, физкультурных уголков групп	Заведующий, старший воспитатель старшая м/сестра

3.	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в Учреждении (соблюдение ТБ при организации учебной деятельности и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в Учреждении)	Завхоз
----	--	--------

4. Кадровое обеспечение программы «Здоровье».

Заведующий Учреждения:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровье»;
- ежемесячный анализ реализации программы;
- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровье»;
- проведение мониторинга (совместно с педагогическим и медицинским персоналом, завхозом Учреждения);
- контроль за реализацией программы «Здоровье».

Завхоз:

- обеспечение условий для предупреждения травматизма в Учреждении;
- создание материально – технических условий;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно – гигиенических условий

Инструктор по физической культуре:

- определение показателей двигательной подготовленности детей;
- физкультурные занятия;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).
- внедрение здоровьесберегающих технологий
- профилактика отклонений физического развития
- включение в физкультурные занятия:
- упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
- дыхательных упражнений
- облегченная одежда детей

- проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
- пропаганда здорового образа жизни

Воспитатели, учитель-дефектолог

- внедрение и реализация здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда здорового образа жизни;
- дыхательная гимнастика;
- проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
 - закаливания
 - дыхательной гимнастики
 - кинезиологических упражнений
 - самомассажа и др.
- упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей

Младший воспитатель:

- соблюдение санитарно – охранительного режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

Врач-невропатолог:

- обследование детей, выявление патологии;
- определение оценки эффективности оздоровления, показателей развития

Медицинская сестра:

- утверждение списков часто и длительно болеющих детей;
- определение оценки эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья;
- составление индивидуального плана реабилитации;
- гигиеническое воспитание и обучение детей и родителей (законных представителей несовершеннолетних воспитанников);
- дыхательная гимнастика;
- пропаганда здорового образа жизни;
- организация рационального питания детей;
- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания

5. Список литературы

1. Аксенова Н. Повышение уровня двигательной активности и дозировка физической нагрузки на физкультурных занятиях // «Дошкольное воспитание» №6, 2000
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка. М. 1993
3. Алямовская В.Г. Новые подходы к планированию образовательной работы в детском саду. - //Управление ДОУ, N3, 2002г., с. 21 – 27.
4. Богина Т.Л., Терехова И.Т. Режим дня в детском саду. М., Просвещение, 1995
5. Богина Т.Л. Здоровье - прежде всего. // «Дошкольное воспитание», 2004, №4
6. Богина Т.Л. Рунова М. Сохранение и укрепление здоровья ребенка. // Дошкольное воспитание №6, 1999
7. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в ДОУ – М.: Мозаика Синтез, 2005 – 112с.
8. Борисова,Н.Н. Организация оздоровительной работы с детьми и родителями.// Медработник ДОУ-2010-№8-С.62-65.
9. Гаврючина, Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2010.
10. Голубева Л., Прилепина И. Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей. // Дошкольное воспитание №1, 2001
11. Егоров Б. Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми. // Дошкольное воспитание №12, 2001
12. Змановский Ю.Ф. К здоровью без лекарств. - М, Знание.1991
13. Змановский Ю.Ф. Воспитание детей здоровыми. - М, Просвещение, 1995
14. Зарубин Г.П. Окружающая среда и здоровье. - М, 1993
15. Зверева, О.Л. Общение педагога с родителями в ДОУ. - М.: ТЦ Сфера, 2009.
16. Змановский Ю.Ф. Здоровый дошкольник. // Дошкольное воспитание №6, 1995
17. Каралашвили Е. Упражнения для оздоровления детей 6-7 лет. // Дошкольное воспитание №6, 2002
18. Коростылев Н.Б. Воспитание здорового школьника. - М, Просвещение, 1991
19. Кудрявцев В.Т. Развивающая педагогика оздоровления.- М, Линка-пресс, 2000
20. Кудрявцев В.Т. Психолого-педагогические принципы развивающей оздоровительной работы с дошкольниками. // Начальная школа, №7, 2000
21. Кузнецова М. Современные пути оздоровления дошкольников. // Дошкольное воспитание, №11, 2002
22. Ладодо К. Дружинина Л.- Организация питания в детских дошкольных учреждениях. // Дошкольное воспитание, №1, 2000
23. Рябышева, О.И., Ленецкая, Л.А. Здоровьесберегающая среда детского сада // Управление ДОУ – 2011 - № 1. - С. 22-25.
24. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. –М.: ТЦ Сфера, 2005 г.
25. Соловьева, И.В. Управленческий аспект здоровьесберегающей деятельности // Управление ДОУ – 2011 - № 1. - С.17-22.

26. Рунова М. Особенности организации занятий по физической культуре. // Дошкольное воспитание, №11, 2002
27. Рунова М. Формирование оптимальной двигательной активности. // Дошкольное воспитание, №6, 2000
28. Рунова М. Характеристика модели оптимального двигательного режима. // Дошкольное воспитание, №11, 1999
29. Рунова М. Дошкольное учреждение: оптимизация режима двигательной активности. // Дошкольное воспитание, №6, 1998

**Приложение № 1
к Программе «Здоровье»**

Основные направления программы по здоровьесбережению

Направления программы	Содержание деятельности
1. Организационное	<ul style="list-style-type: none"> – Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий. – Разработка и внедрение Программы здоровьесбережения в учебно-воспитательный процесс. – Создание в Учреждении организационно-педагогических и медико-социальных условий по внедрению Программы по здоровьесбережению. – Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников. – Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы по здоровьесбережению. – Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы по здоровьесбережению. – Нарращивание материально-технической базы Учреждения для внедрения и реализации Программы по здоровьесбережению. – Корректировка Программы по здоровьесбережению на всех этапах реализации.
2. Просветительское (образовательное)	<ul style="list-style-type: none"> – Создание мотивации в Учреждении на выбор здоровых альтернатив жизни. – Организация пропаганды здорового образа жизни в Учреждении. – Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни. – Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни. – Включение родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников в деятельность Учреждения как значимых участников оздоровительного процесса. – Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций.

3. Правовое	<ul style="list-style-type: none"> – Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы по здоровьесбережению: – ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья.
4. Аналитико-экспертное	<ul style="list-style-type: none"> – Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации. – Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей. – Анализ-экспертиза результатов реализации Программы Здоровье сбережения в динамике. – Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций. – Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса. – Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья.
5. Информационно-методическое	<ul style="list-style-type: none"> – Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы по здоровьесбережению. – Повышение информационной культуры педагогических и медицинских работников, обусловленной общими задачами Программы по здоровьесбережению. – Мониторинг результативности оздоровительной деятельности Учреждения. – Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни. – Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы по здоровьесбережению. – Распространение опыта оздоровительной работы.
6. Диагностическое	<ul style="list-style-type: none"> – Измерение промежуточных результатов реализации Программы по здоровьесбережению. – Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков. – Изучение мотивации детей, педагогов и родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников на формирование здорового образа жизни. – Анализ здоровьесберегающей среды в Учреждении. – Выявление групп детей, требующих внимания специалистов. – Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.

7. Социально-педагогической адаптации	<ul style="list-style-type: none"> – Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям Учреждения. – Повышение функциональных возможностей детей, социальной адаптации и улучшение состояния их здоровья. – Повышение уровня социальной защищённости детей и педагогов, нейтрализация негативных факторов окружающей среды на личность ребенка и процесс его развития.
8. Координационное	<ul style="list-style-type: none"> – Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями МО. – Взаимодействие Учреждения с семьёй по вопросам укрепления Здоровья детей. – Использование в оздоровительной работе Учреждения перспективных форм социального партнерства.

**Приложение №2
к Программе «Здоровье»**

**Мероприятия по реализации основных направлений в
здоровьесберегающей деятельности Учреждения на
период 2022-2024 гг.**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению	декабрь 2022	Заведующий, старший воспитатель
2.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	постоянно	Старший воспитатель
3.	<p>Создание кадровых, психолого- педагогических, учебно-материальных, учебно - дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению:</p> <ul style="list-style-type: none"> – определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста; – организация повышения квалификации участников здоровьесбережения; – организация работы с родителями по 	постоянно	Заведующий, старший воспитатель

	<p>наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению;</p> <ul style="list-style-type: none"> – обеспечение Учреждения медицинскими препаратами, витаминами, аскорбиновой кислотой для витаминизации третьего блюда 		
4.	<p>Осуществление в практике Учреждения системно-синергетического подхода к управлению здоровьесбережением:</p> <ul style="list-style-type: none"> – описание стратегии работы по здоровьесбережению в Учреждении; – разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; – разработка положения о службе здоровьесбережения Учреждении; – организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; – отработка системы стимулирования участников процесса здоровьесбережения; – контроль системы здоровьесбережения. 	2022-2025 г.г.	Администрация
5.	<p>Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)</p>	в течение периода	Старший воспитатель
6.	<p>Разработка здоровьесберегающих требований для организации и проведения детского экспериментирования с детьми</p>	2022-2025 г.г.	Старший воспитатель
7.	<p>Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах</p>	в течение периода	Старший воспитатель
8.	<p>Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования</p>	2022-2025 г.г.	Старший воспитатель
9.	<p>Организация работы по физической культуре для детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> – разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре; – создание видеоряда занятий с показом коррекционной работы с детьми; – создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре 	в течение периода	Инструктор по ФК

10.	Создание банка повышения квалификации педагогических работников	каждый август периода	Старший воспитатель
11.	Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с семьями	в течение всего периода	Старший воспитатель
12.	Реализация планов «Приобщение детей к народной культуре средствами музыкального фольклора»	в течение всего периода	Воспитатели
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	в течение всего периода	Специалисты
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников на формирование здорового образа жизни	в течение всего периода	Старший воспитатель
3.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.	в течение всего периода	Педагоги
4.	Работа с детьми в адаптационный период	в течение всего периода	Воспитатели
5.	Социальный анализ семей воспитанников Учреждения, оформление социальных паспортов.	ежегодно	Старший воспитатель
6.	Мониторинг успеваемости выпускников Учреждения на начальном этапе обучения за последние 3 года	ноябрь каждого года	Старший воспитатель
7.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: – проведение анкетирования педагогов – анализ профессионального роста педагогов.	ежегодно	Заведующий, старший воспитатель
III. Информационно-методическое направление Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса			
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий	в течение года	Старший воспитатель
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	в течение всего периода	Старший воспитатель
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2022-2025 г.г.	Старший воспитатель

4.	Медико-педагогическое совещание на тему: «Пути оптимизации здоровья дошкольников»	2022 г.	Заведующий старший воспитатель, старшая медицинская сестра
5.	Оформление уголка безопасности жизнедеятельности	в течение всего периода	Заведующий, старший воспитатель, завхоз
6.	Семинар-практикум на тему: «Создание условий в ДОУ для сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста»	2022 г.	Старший воспитатель
7.	Консультация для родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников «Манкотерапия как способ улучшения психоэмоционального самочувствия»	2022 г.	Педагог дополнительного образования
8.	Мастер-класс «Роль су-Джок терапии в развитии ребёнка»	2022 г.	Учитель-дефектолог
9.	Консультация «Предупреждение негативного влияния компьютера на здоровье ребёнка»	2023 г.	Заведующий
10.	Консультация для педагогов «Двигательная деятельность детей на прогулке»	2023 г.	Инструктор по ФК
11.	Консультация «Лечебные подвижные игры»	2024 г.	Инструктор по ФК
12.	Рекомендации «Комплекс мер для снятия статического напряжения во время занятий»	2023 г.	Инструктор по ФК
13.	Консультация «Лечебные игры»	2022 г.	Учитель-дефектолог
14.	Консультация «Дидактические игры «Здоровье»	2023 г.	Учитель-дефектолог
15.	Консультация «Криотерапия как средство закаливания детей»	2023 г.	Старший воспитатель
16.	Рекомендации по рациональному питанию детей «Разговор о правильном питании»	2023 г.	Старшая медсестра
17.	Консультация «Подвижные игры летом»	2023 г.	Учитель-дефектолог
18.	Консультация «Бережём здоровье с детства или 10 заповедей здоровья»	2023 г.	Старший воспитатель
19.	Семинар-практикум на тему: «Организационно-педагогические условия здоровьесбережения в учебно-воспитательном процессе в ДОУ»	2023 г.	Старший воспитатель
20.	Презентация проекта сохранения и укрепления здоровья «Хорошо здоровым быть»	май 2023 г.	Старший воспитатель, воспитатели
21.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	2023 г.	Старший воспитатель
23.	Консультация «Укрепление осанки»	2023 г.	Инструктор по ФИЗО
24.	Консультация «Игры с песком и водой»	2023 г.	Учитель-дефектолог

25.	Рекомендации «Профилактика заболеваний»	2024 г.	Старшая медицинская сестра
26.	Круглый стол «Мониторинг заболеваемости воспитанников»	в течение всего периода	Заведующий, старший воспитатель, старшая медицинская сестра
27.	Круглый стол «Здоровье на 5 с плюсом»»	2024 г.	Старший воспитатель
28.	Тренинг «Здоровье – это здорово!»	2024 г.	Старший воспитатель, учитель-дефектолог
29.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды– творческий отчёт педагогов	2025 г.	Старший воспитатель, воспитатели
IV. Просветительское направление			
Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Публикация материалов по ЗОЖ в информационных уголках, на сайте Учреждении	в течение всего периода	Старший воспитатель
2.	Консультация «Художественная литература– средство обогащения нравственного здоровья детей»	2022-2023 г.г.	Старший воспитатель
3.	Советы инструктора физкультуры «Оздоровительные мероприятия для часто болеющих детей»	2023 г.	Инструктор по ФК
4.	Рекомендации для родителей «Создание здоровой среды в домашних условиях»	2022-2023 г.г.	Старшая медицинская сестра
5.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	ежегодно	Старшая медицинская сестра
6.	Конкурс «Лучший миницентр сохранения и укрепления здоровья»»	2022 г.	Старший воспитатель
7.	Консультация «Средства укрепления иммунитета»	2022г.	Старшая медицинская сестра
8.	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки»	2022-2024гг.	Воспитатели
9.	Практические рекомендации для родителей ЧБД	постоянно	Старшая медицинская сестра
10.	Общее родительское собрание «Здоровый ребёнок в здоровой семье» (роль семьи в воспитании здорового ребёнка)	2023 г.	Заведующий
11.	Семейный конкурс коллажей «Секреты здоровья нашей семьи»	2023 г.	Старший воспитатель, воспитатели
12.	Совместный конкурс театрализованных постановок «Сказки о здоровье» (посвящённый Всемирному Дню здоровья)	2023 г.	Старший воспитатель, воспитатели
13.	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	в течение всего периода	Старший воспитатель

14.	Размещение в СМИ, на образовательных сайтах, социальных сетях материалов по вопросам здоровьесбережения	в течение всего периода	Педагоги
15.	Музыкально – оздоровительное развлечение «В здоровом теле – здоровый дух»	2022-2023 г.г.	Инструктор по ФК
16.	Открытая организованная образовательная деятельность воспитателей с детьми с применением здоровьесберегающих технологий	2022-2023гг.	Воспитатель
17.	Тематическая деятельность по ОБЖ	в течение года	Старший воспитатель, воспитатели
18.	Проведение Дней здоровья	ежегодно	Инструктор по ФИЗО
VI. Координационное направление Управление здоровьесбережением в Учреждении, взаимодействие с социальными институтами детства			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	ежегодно	Заведующий
2.	Контроль процесса здоровьесбережения: <ul style="list-style-type: none"> – совещания; – собрание коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; – анализ состояния заболеваемости; – проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений Учреждения; – организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; – организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; – анализ тестирования детей по физическому воспитанию, – организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий 	1 раз в квартал 1 раз в полугодие 3 раза в год 1 раз в месяц 2 раза в квартал ежегодно 2 раза в год ежемесячно	Заведующий, старший воспитатель,
3.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: составление сетки занятий в <ul style="list-style-type: none"> – соответствии с требованиями САНПиН; – разработка режима работы кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения; – экспертиза программ дополнительного образования. 	постоянно	Старший воспитатель
4.	Установление взаимосвязи с детской	в течение всего	Старшая медсестра

	поликлиникой: – выявление детей с патологиями; – консультирование родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников; – ведение листов здоровья; – выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима	периода	
5.	Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах	согласно плану	Заведующий, старший воспитатель
6.	Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей: – разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; – разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; – разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности; – создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников.	в течение всего периода	Заведующий, старший воспитатель
VII. Правовое направление			
1.	Ознакомление с нормативно - правовой базой, регламентирующей деятельность Учреждения по защите здоровья детей	2022 г.	Заведующий
2.	Создание локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность Учреждения.	2022 г.	Заведующий

Приложение №3
к Программе «Здоровье»

**МОНИТОРИНГ ЭФФЕКТИВНОСТИ
РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
Мониторинг здоровья детей**

Цель: выявить и определить эффективность реализации программы «Здоровье» на определенном этапе.

Критерием эффективности оздоровительной работы Учреждения служит улучшение состояния здоровья детей. Оценку состояния здоровья детей проводят на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров.

Без информации о ходе промежуточных результатах, без постоянной обратной связи процесс управления здоровьесбережением невозможен.

Составление индивидуального паспорта здоровья позволит увидеть полную картину физического развития каждого ребенка.

«ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ»
ребенка, посещающего Учреждение

Фамилия _____ Имя _____

Дата рождения _____

Домашний адрес _____

Посещает МБДОУ «Д/с комбинированного вида № 15 «Журавушка» с _____ 20 _____

	Дата		Заключение врача
	Начало уч. года	Конец уч. года	
Рост			
Масса тела			
Осмотр: врач-невролог			
ортопед-хирург			
офтальмолог			
стоматолог			
Учитель-логопед			
АД			
Оценка физического развития. Диагноз.			
Заключение о состоянии здоровья (гр. здоровья)			
Рекомендации:			
Инструктора по ФИЗО			
Педагога - психолога			
Учитель-логопед			

Физическое развитие и освоение ребенком образовательной области

Образовательная область «Физическое развитие», диагностируется мониторингом в рамках Инновационной программы дошкольного образования «От рождения до школы» Под ред. Н.Е. Вераксы,

Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой – 6-е издание, доп.- М. Мозайка - Синтез, 2020- 368 с. и Примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы». Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой 3-е издание испр. и доп. –М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ. 2015 год -368 с.

Эффективность воспитательно – образовательной работы по физическому воспитанию детей разных возрастных групп, а также адекватность организации здоровьесберегающей предметно - пространственной среды определяется системой фронтального, оперативного и тематического контроля, проводимого согласно годовому плану Учреждения.

Мониторинг позволяет регистрировать состояние и изменения, дает материалы для сравнения, анализа и коррекции педагогического процесса.

В Учреждении разработана схема диагностики и мониторинга здоровья детей, под которой мы понимаем систему слежения за состоянием здоровья воспитанников, подразумевающую многократные наблюдения и сравнения.

Данные по заболеваемости, по группам здоровья, по уровню сформированности физических качеств, по адаптации детей к условиям Учреждения систематизируются, что позволяет проводить анализ здоровья дошкольников, обозначать основные проблемы и определять основные направления деятельности с учетом подхода к развитию каждого ребенка.

Задачи мониторинга здоровья:

определить группу здоровья ребенка и уровень физической подготовленности;

выявить и оценить положительные и отрицательные тенденции изменения здоровья ребенка;

разработать рекомендации по созданию условий, стимулирующих здоровьесбережение и физическое развитие воспитанников.

Методы изучения состояния здоровья дошкольников: медицинское обследование, наблюдение, проведение контрольных срезов, анализ и самоанализ, посещение занятий, опрос родителей.

В мониторинге здоровья участвует старшая медсестра Учреждения.

Приложение №4 К Программе «Здоровье»

Система физкультурно-оздоровительной работы в Учреждении

Период дошкольного детства – наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка и психофизического развития ребенка. Задачи по охране жизни и здоровья детей, их физического развития являются основными в Учреждении. Педагогический коллектив и медицинский персонал

детского сада используют для этого все имеющиеся у нас для этого условия: бассейн, спортивный зал, спортивная площадка на улице, сухой бассейн, бактерицидные лампы в группах.

Сохранение и укрепление здоровья детей в Учреждении является одной из основных и приоритетных задач.

Она остается актуальной из года в год, поскольку здоровье детей оставляет желать лучшего. Зная, что основным средством развития здоровья человека является движение, в детском саду много внимания уделяется **развитию двигательной активности:**

1. Составлена модель оптимального двигательного режима в течение дня;
2. Проводится ежедневная гимнастика после сна;
3. Организуются двигательные оздоровительные моменты на ООД (физминутки, упражнения на мелкую моторику рук, упражнения на снятие напряженности и усталости);
4. Организован активный отдых детей (Дни здоровья, спортивные развлечения, каникулы).

Физическое здоровье детей укрепляется такими средствами как:

- Полноценное питание детей
- Закаливающие процедуры
- Развитие движений
- Гигиена режима

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий организация здоровьесберегающей среды в Учреждении обеспечение благоприятного течения адаптации детей, выполнение санитарно –гигиенического режима.
2. Организационно-методическое и педагогическое направление
 - пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
 - изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
 - систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
 - определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.
3. Физкультурно – оздоровительное направление:
 - решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.
4. Профилактическое направление:
 - проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний;
 - предупреждение острых заболеваний, профилактика
 - проведение Дней профилактики (ежемесячно)

Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы, направленная на снижение заболеваемости воспитанников Учреждения

2022 – 2025 учебный год

Вид деятельности	Форма работы	Сроки проведения
1 блок Работа с детьми		
Утренняя гимнастика	<ul style="list-style-type: none"> - сюжетно –игровая -игровая -традиционная -корректирующая -музыкально - ритмическая 	Ежедневно
Физкультурные занятия	<ul style="list-style-type: none"> - традиционные -сюжетно – игровые -тренировочные -игровые -контрольно - проверочные 	2 раза в неделю в течение года
Двигательная разминка	<ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры малой и средней подвижности -игровые упражнения -произвольные упражнения с физкультурными пособиями -игры на релаксацию -физкультминутки -самостоятельная двигательная деятельность 	В течение года во время перерывов между проведением непосредственно – образовательной деятельности и во время проведения
Физкультурные занятия на свежем воздухе	<ul style="list-style-type: none"> - подвижные игры -народные игры -физические упражнения - оздоровительный бег 	Раз в неделю в течение года

Адаптированные здоровьесберегающие методики	<ul style="list-style-type: none"> -бодрящая и корригирующая гимнастики после сна -закаливающие процедуры -дыхательная гимнастика -тренажёры для профилактики нарушения осанки и зрения -витаминация - элементы самомассажа -релаксация, -психогимнастика 	Ежедневно в течение года
Ежедневная прогулка		2 раза в день
Проветривание помещений		В соответствии с графиком
Кварцевание помещений		В соответствии с графиком
Влажная уборка помещений		В соответствии с графиком
Мониторинг	<ul style="list-style-type: none"> - анализ заболеваемости -охрана жизни и здоровья 	2 раза в год
2 блок. Физкультурно – массовые мероприятия		
Физкультурные досуги и праздники	<ul style="list-style-type: none"> - развлечения -спортивные праздники -Дни Здоровья -соревнования между группами 	В течение года
3 блок. Работа с воспитателями		
Формы методической работы	<ul style="list-style-type: none"> -консультации -семинары -практикумы - мастер-классы -открытые просмотры -обмен опытом работы -совместная подготовка спортивных праздников и развлечений -интегрированные занятия -разработка и реализация групповых оздоровительных программ 	В течение года
4 блок. Взаимосвязь со специалистами		

Учитель-дефектолог	<ul style="list-style-type: none"> -обучение детей правильному дыханию -обучение двигательным упражнениям с речевым сопровождением -развитие чувства ритма -развитие мелкой моторики -координация речи с движениями -интегрированные занятия с инструктором по физической культуре 	В течение года
5 блок. Работа с родителями (законными представителями) несовершеннолетних воспитанников		
Информац. блок	<ul style="list-style-type: none"> -оформление информационных стендов -буклеты, информационные листы, памятки -фотовыставки - презентации, медиатека 	В течение года
Организац.-методическая работа	<ul style="list-style-type: none"> -участие в подготовке и проведении спортивных праздников -анкетирование -консультации -выступления на родительских собраниях -использование проектного метода -проведение семинаров-практикумов, мастер-классов 	В течение года
6 блок. Взаимодействие с учреждениями здравоохранения		
Ежедневный профилактический осмотр детей медицинской сестрой		
Детская поликлиника	- профилактический осмотр детей узкими специалистами	1 раз в год